LOUBIA AUX OIGNONS ET A LA TOMATE

6 pers. - 1h15mn

Ingrédients :
- 300g de haricots blancs secs (trempés la veille)
- 500g d'oignons émincés
- 4 gousses d'ail écrasées et dégermées
- 500g de tomates fraîches
- 1 bouquet garni (thym, laurier, persil)
- 3 cuillères à soupe d'huile
- une pincée de sel
- 1 cuillère à soupe de paprika
- 1 cuillère à soupe de carvi
- 2 **MAGGI® Extra لذة** Bœuf

Préparation :

1) Egoutter les haricots après le trempage de la veille.
2) Couvrir d'eau froide les haricots blancs. Les porter sur feu et les cuire durant 1 heure (écumer de temps à autre).
3) Dans une cocotte, verser l'huile. Faire revenir longuement les oignons émincés, ajouter les tomates émondées et coupées en quartiers fins, assaisonner avec le sel, le paprika, le carvi et joindre le bouquet garni.
4) Egoutter les haricots blancs cuits fondants, les joindre dans la cocotte avec les oignons et les tomates. Mouiller avec un verre d'eau, ajouter les tablettes **MAGGI® Extra لذة** Bœuf effritées. Poursuivre la cuisson à feu très doux (en mijoté) pendant 30 minutes.

C'est prêt !



SPAGHETTI A LA SAUCE BOLOGNAISE

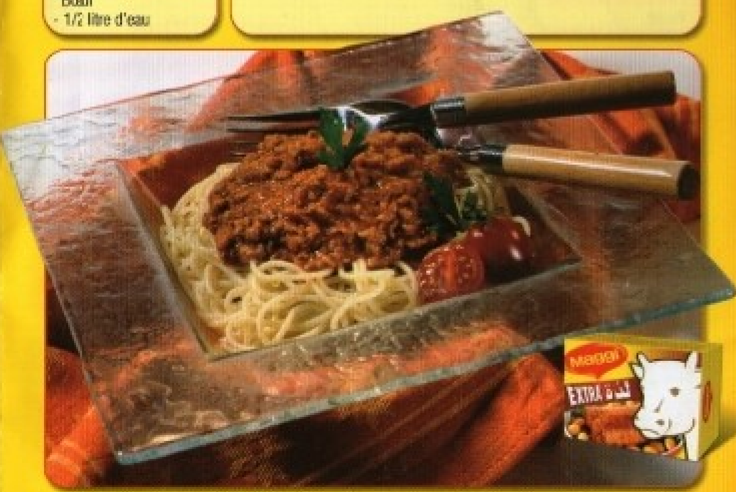
6 pers. - 1 heure

Ingrédients :
- 500gr de spaghetti
- 500gr de tomates fraîches
- 250gr de viande de bœuf hachée
- 1 oignon
- 2 gousses d'ail
- 1 cuillère à soupe de concentré de tomate
- 1 bouquet garni (thym, laurier, persil)
- 1 pincée de poivre, 1 pincée de paprika
- 2 cuillères à soupe d'huile
- Un petit morceau de sucre
- 1 **MAGGI® Extra لذة** Bœuf
- 1/2 litre d'eau

Préparation :

1) Faire revenir à feu doux pendant 10mn les oignons et l'ail haché avec l'huile, la tomate fraîche préalablement débarrassée de la peau et égrenée.
2) Ajouter le concentré de tomate dilué dans l'eau, puis assaisonner en salant modérément et en ajoutant un petit morceau de sucre puis faire cuire jusqu'à ébullition.
3) Ajouter la viande hachée et la tablette **MAGGI® Extra لذة** Bœuf, réduire le feu et laisser cuire 15mn.
4) Faire cuire les spaghettis dans un litre d'eau bouillante pendant 10mn.
5) Une fois cuits, les égoutter, les arroser d'un filet d'huile d'olive ou d'une noix de beurre.
6) Dresser les pâtes bien chaudes avec, au centre, la sauce bolognaise parsemée de fromage râpé.

C'est prêt !



لوبيا بيضاء بالطماطم

6 أشخاص - ساعة و40 د

المقادير :
- 300غ لوبيا بيضاء باينة فالماء
باينة في الماء و مقطرة
- 500غ بصل
- 4 سنات ثوم مهرسة
- 500غ طماطم طرية
- باقة مكونة من الرند، الزعيترة والعدنوس
- 3 ملاعق كبيرة زيت
- ملعقة صغيرة ملح
- 1 ملعقة كبيرة فلفل عكري
- 1 ملعقة كبيرة كروية
- 2 **ماجي إكسترا لذة** بقر

للتحضير :

1) قطري اللوبيا البايتة في الماء
2) في قدرة، غطي اللوبيا بالماء البارد وضعيها فوق النار لتطهى مدّة ساعة (انزعي الرغوة من وقت الى آخر).
3) في إناء آخر قلي البصل المبشور في قليل من الزيت الدافئة. أضيفي الطماطم المنزوعة العلف والمجزئة. أضيفي الملح، الفلفل العكري، الكروية ثم باقة الأعشاب.
4) بعد طهي اللوبيا، قطريها من جديد ثم أضيفيها في الإناء الثاني مع البصل والطماطم. أضيفي كأس من الماء ثم **ماجي إكسترا لذّة** بقر وأكملي الطهي فوق نار خفيفة مدّة 30دقيقة.



سباغيتي بولونياز

6 أشخاص - ساعة

المقادير :
- 500غ سباغيتي
- 500غ طماطم حمراء طرية
- 250غ لحم مفروم
- 1 بصل
- 2 سنات ثوم
- ملعقة كبيرة مركز الطماطم
- باقة من الزعيترة والرند والعدنوس
- التوابل : قرصة فلفل اكحل وفلفل عكري
- 2 ملاعق كبيرة زيت
- قطعة سكر
- قطعة **ماجي إكسترا لذة** بقر
- 2/1 لتر ماء

للتحضير :

1) في وعاء صبي الزيت وأضيفي البصل والثوم المبشورين ثم الطماطم المنقاة والمجزئة. و قلي فوق نار خفيفة مدة 10؛
2) أضيفي ملعقة من الطماطم المركزة كنت أضفتي لها قليل من الماء والملح وقطعة سكر، ثم اتركي حتى الغليان.
3) أضيفي الحم المفروم وقطعة **ماجي إكسترا لذة** بقر واتركي فوق النار مدة 15 دقيقة.
4) قومي بطهي السباغيتي في كمية من الماء مدة 10 دقيقة.
5) بعد الطهي قطريهم ثم أضيفي بقليل من زيت الزيتون أو أضيفي قليل من الزبدة.
6) ضعي السباغيتي في صحن في وسطها المرقة بولونيا، ثم رشي بالجبن المفروم



CHORBA ADDES AUX VERMICELLES

6 pers. - 1h30mn

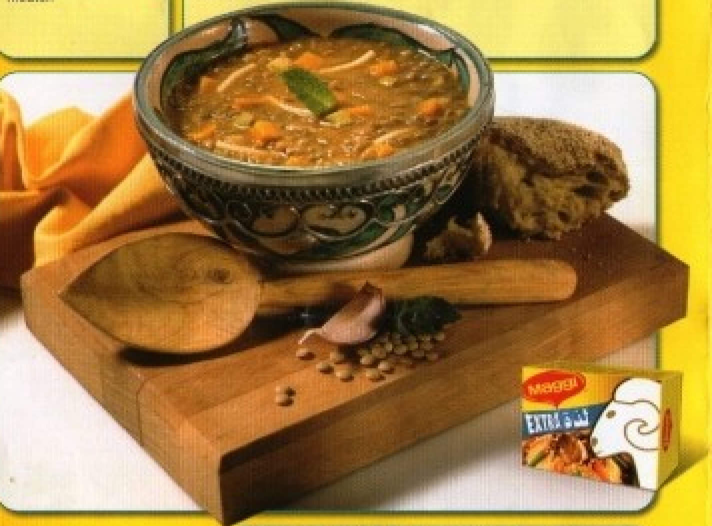
Ingrédients :

- 250g de lentilles
- 1 oignon haché finement
- 2 gousses d'ail écrasées et dégermées
- 1 cuillère de concentré de tomate
- 1 branche de céleri
- 1 courgette
- 1 carotte
- 2 tomates fraîches
- Coriandre
- 1 bouquet garni (thym, laurier, persil)
- 3 cuillères à soupe d'huile
- 1 cuillère de paprika
- 50 g de vermicelles
- 1 MAGGI® Extra لذة Mouton

Préparation :

1) Trier les lentilles. Les laver, les égoutter, les couvrir d'eau froide et les cuire pendant 45 minutes.
2) Verser l'huile dans une marmite, ajouter l'oignon haché et les légumes coupés en tous petits dés. Faire revenir à petit feu, puis ajouter l'ail écrasé dilué dans 1 peu d'eau.
3) Joindre les tomates émondées et réduites en purée et remuer à l'aide d'une cuillère en bois.
4) Ajouter le concentré de tomate délayé dans un peu d'eau, remuer le tout et faire revenir à feu doux.
5) Ajouter dans la marmite les lentilles égouttées et mouiller avec un litre et demi d'eau.
6) Ajouter la tablette MAGGI® Extra لذة Mouton, joindre le bouquet garni et faire cuire pendant 40 minutes.
7) Un quart d'heure avant la fin de la cuisson, plonger les vermicelles dans la soupe et poursuivre la cuisson.
8) Servir en saupoudrant la soupe avec de la coriandre hachée.

C'est prêt !



شوربة العدس بالفتائل

6 أشخاص - ساعة و30 د

المقادير :

- 250غ عدس
- 1بصل مبشورة
- 2سنات ثوم
- عود كرافس
- 1 جريوات (قرعة)
- 1جزر
- 2طماطم طرية
- ملعقة كبيرة مركز طماطم
- 1ربطةحشيش مقطعة
- باقة مكونة من الرند، العدنوس، الزعيترة، والكرافس
- 1/2 ملعقة كبيرة فلفل عكري
- 50غ فتائل (شعيرات)
- قطعة ماجي إكسترا لذة خروف
- لتر ونصف من الماء

للتحضير :

1) صفي العدس، إغسليه، قطّريه ثم غطّيه بالماء البارد واتركيه على النار مدّة 45 دقيقة.
صبّي الزيت في قدرة، أضيفي البصل المبشور، الخضر المجزئة على شكل مكعبات، واتركي
الكل يقلى على نار دافئة، أضيفي الثوم المهرس المبلل في الماء
2) أضيفي الطماطم المقشرة، المصفاة من العلف والمهرسة.
3) أضيفي مركز الطماطم المبلل في قليل من الماء واخلطي الكل واتركي يقلى على نار دافئة.
4) أضيفي في القدرة العدس المقطر، ثم أضيفي لتر ونصف من الماء.
5) أضيفي قطعة ماجي إكسترا لذّة وباقة الاعشاب واتركي فوق النار مدّة 40 دقيقة.
6) 1/4ساعة قبل نهاية الطهي، اضيفي الفتائل في المرقة واتركي حتى النهاية.
7) رشي بالحشيش قبل التقديم

RIZ A LA SAUCE MAGGI®

6 pers. - 30mn

Ingrédients :

- 300g de riz
- 1 oignon haché
- 1 bouquet garni (thym, laurier, persil)
- 1 pincée de sel
- 1 pincée de poivre
- 1 pincée de muscade
- 2 cuillères à soupe d'huile
- 1 MAGGI® Extra لذة Poulet
- 2 mesures d'eau

Sauce Maggi®:

- 25g de beurre
- 25g de farine
- 1 petite boite de champignons de Paris
- 1,5 litre d'eau
- 1 petit bouquet de persil
- 1 MAGGI® Extra لذة Poulet

Préparation :

1) Verser l'huile dans une cocotte en fonte, puis ajouter le beurre. Faire revenir enssemble à feu doux l'oignon haché et le riz non lavé, en remuant sans cesse.
2) Lorsque le riz est cuit et devient translucide, le mouiller avec 2 fois son volume en eau chaude, puis ajouter la tablette MAGGI® Extra لذة Poulet.
3) Assaisonner avec le poivre, le bouquet garni, la muscade, diminuer le feu et cuire à feu doux à couvert pendant 20mn environ.
4) Dresser joliment le riz dans un grand plat.

Sauce Maggi®:

1) Dans une casserole, faire fondre 25g de beurre. Hors du feu, ajouter en pluie 25g de farine et mélanger.
2) Remettre sur le feu et mouiller progressivement avec 1/2 litre d'eau préalablement portée à ébullition, avec une tablette MAGGI® Extra لذة Poulet.
3) Cuire doucement jusqu'à épaississement de la sauce, ajouter les champignons égouttés, le persil puis rectifier l'assaisonnement avec poivre et muscade.
4) Servir la sauce en saucière.

On peut agrémenter cette préparation avec du fromage râpé.

C'est prêt !



أرز بمرقة ماجي

6 أشخاص - 30 دقيقة

المقادير :

- 300غ أرز
- 1 بصل مبشور
- باقة مكونة من الرند، الزعيترة والمعدنوس
- قليل من ملح
- قليل من الفلفل الأسود
- قليل من جوز الطيب
- 2ملاعق كبيرة زيت
- 1 ماجي إكسترا لذة دجاج
- مقدارين من الماء

مرقة ماجي:

- 25غ زبدة
- علبة صغيرة من الفطر
- 25غ فرينة
- 1 ماجي إكسترا لذة دجاج
- 1/2 لتر ماء
- باقة معدنوس

للتحضير :

5) صبي الزيت في وعاء غليظ ثم أضيفي الزبدة وقلي البصل المبشور، أضيفي الأرز دون غسله وقلي فوق نار خفيفة مع التحريك المستمر
2) عندما يصبح لون الأرز أبيض حليب، أضيفي مقداره من الماء الساخن مرتين ثم قطعة ماجي إكسترا لذّة دجاج.
3) أضيفي الفلفل الأسود، باقة الأعشاب، جوز الطيب ثم اخفضي النار واتركي الكل مغطى مدّة 20دقيقة.

مرقة ماجي :

1) في وعاء ذوّبي 25غ من الزبدة وانزعي من فوق النار ثم أضيفي 25غ فرينة مع التحريك .
2) في نفس الوقت حضّري مرق الدجاج، بإضافة ماجي إكسترا لذّة دجاج في 2/1 لتر من الماء الساخن ثم أضيفيه تدريجيا إلى خليط الزبدة والفرينة.
3) اطهي بلطف حتى تعقد المرقة، مع إضافة الفطر والمعدنوس ثم الفلفل الأسود وجوز الطيب.
4) قدمي الأرز في صحن كبير مرفوق بمرقة ماجي.
يمكن التزيين بالجبن المفروم.

Maggi®

مرحبا بكم في عالم ماجي

منذ أكثر من 140 سنة تسعى ماجي بخبرتها ومعرفتها في ميدان الطبخ من أجل تطوير وتحسين الأذواق.
فمنذ البداية رافقت ماجي النساء وهواة الطبخ ليقدموا للجميع أطباق ألذ ووصفات يستمتع بها كل أفراد العائلة.
وكما وعدناكم بذلك، اليوم يسر ماجي أن تقدم لكم الوصفة الثانية من سلسلة الأربع وصفات التي تقترحها عليكم ماجي من خلال هذا النشر.

المكعب الجديد ماجي إكسترا لذة، جيل جديد من المرق ذو نوعية رفيعة لمساعدتكم في رفع أذواق أطباقكم، متوفر بـ 3 أنواع، ماجي إكسترا لذة يتناسب مع أطباقكم اليومية لنتيجة مضمونة في كل مرة.
لوبيا، شربة أو عدس مكعب ماجي إكسترا لذة هو تعبير لأكثر مذاق في أطباقكم.



ماجي إكسترا لذة،
أكثر مذاق لطيابكم،
أكثر مذاق للحياة.

هل تعلمون ؟

الطريقة المثلى لتحضير أطباق صحية ومتوازنة هي التنويع في المواد والمكونات : اللحم للبروتينات، العجائن، البطاطة والأرز للغلوسيدات، الخضر بكل أنواعها للفيتامينات والألياف.

مكعبات ماجي إكسترا لذة محضرة من ملح يودي للوقاية من الأعراض المحتملة لنمو غير سليم.